

JURNAL

**PENGARUH KADAR HEMGLOBIN DARAH TERHADAP
DAYA TAHAN UMUM (VO₂MAX) PADA SISWA SMA NEGERI
5 TAKALAR**

***THE EFFECT OF HEMOGLOBIN LEVELS ON THE GENERAL
ENDURANCE OF VO₂MAX AT SMA NEGERI 5 TAKALAR***



AULIL AMRI SULAIMAN

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2019**

PENGARUH KADAR HEMOGLOBIN DARAH TERHADAP DAYA TAHAN UMUM (VO2MAX) PADA SISWA SMA NEGERI 5 TAKALAR

AULIL AMRI SULAIMAN

AULIL AMRI SULAIMAN. 2019. *Pengaruh Kadar Hemoglobin Darah terhadap Daya Tahan Umum VO2Max pada siswa SMA Negeri 5 Takalar*. Tesis Program Pascasarjan, Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kadar hemoglobin terhadap daya tahan umum VO2Max siswa SMA Negeri 5 Takalar.

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan rancangan penelitian “korelasional”. Populasinya adalah siswa SMA Negeri 5 Takalar. Sampel yang digunakan adalah sebanyak 30 orang siswa. Teknik penentuan sampel adalah secara *purposive*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan analisis persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa data daya tahan VO2Max sebelum melakukan tes VO2Max pada siswa SMA Negeri 5 Takalar didapatkan nilai rata-rata 13.3000 dan memperoleh nilai P value sebesar 0,002 ($P < 0.05$) dan data daya tahan VO2Max setelah melakukan tes VO2Max pada siswa SMA Negeri 5 Takalar didapatkan nilai rata-rata 37.46667 dan memperoleh nilai P value sebesar 0,002 ($P < 0.05$). Dapat dilihat pula ada pengaruh hemoglobin terhadap daya tahan umum (VO2Max) pada siswa SMA Negeri 5 Takalar dengan perbedaan selisih sebesar 24.166.

Kata Kunci : Kadar Hemoglobin, Daya Tahan (VO2Max)

AULIL AMRI SULAIMAN. 2019. *The Influence of Hemoglobin Level on General Endurance VO2Max of Students at SMA Negeri 5 Takalar* (supervised by Hikmad Hakim and Arimbi)

The study aims at examining the The Influence of Hemoglobin Level on General Endurance VO2Max of Students at SMA Negeri 5 Takalar.

The type of this study is descriptive quantitative research which employed correlation research design. The research population were students of SMA Negeri 5 Takalar. The samples were 30 students chosen by employing purposive sampling technique. Data were analyzed by using statistical descriptive analysis and percentage analysis.

The results of study reveal that the endurance of VO2Max before conducting the VO2Max test to students of SMA Negeri 5 Takalar obtained the average of 13.3000 and obtained P value by 0.002 ($P < 0.05$) and the data of endurance of VO2Max after conducting VO2Max test to students of SMA Negeri 5 Takalar obtained the average of 37.46667 and obtained P value by 0.002 ($P < 0.05$). It can also be seen that there is an influence of hemoglobin on general endurance (VO2Max) of students at SMA Negeri 5 Takalar with the difference range of 24.166.

Keywords: Hemoglobin level, endurance (VO2Max)